



# Spanischer Flammkuchen mit Chorizo dazu Pimientos de Padrón

10 Min. Vorbereitung 30 – 40 Minuten • 769 kcal • Tag 5 kochen



-  Frischer Flammkuchenteig
-  Chorizo
-  Pimientos de Padrón
-  Schmand
-  geriebener Junger Gouda
-  rote Zwiebel
-  Mayonnaise
-  Knoblauchzehe
-  Petersilie
-  Joghurt



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Salz\*, Pfeffer\*, Olivenöl\*

## Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 kleine Schüssel,  
1 Knoblauchpresse und 1 Auflaufform

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Frischer Flammkuchenteig <b>15)</b>	1	1,5**	2
Chorizo	80 g	120 g	160 g
Pimientos de Padrón	200 g	300 g**	400 g
Schmand <b>7)</b>	100 g	150 g**	200 g
geriebener Junger Gouda <b>7)</b>	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	1,5**	2
Mayonnaise <b>8) 9)</b>	34 ml	51 ml	68 ml
Knoblauchzehe <b>ES</b>	1	1	2
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Joghurt <b>7)</b>	75 g	100 g	150 g

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 410 g)
Brennwert	780 kJ/186 kcal	3217 kJ/769 kcal
Fett	10,32 g	42,56 g
– davon ges. Fettsäuren	4,03 g	16,63 g
Kohlenhydrate	17,36 g	71,61 g
– davon Zucker	2,90 g	11,95 g
Eiweiß	5,06 g	20,88 g
Salz	0,950 g	3,919 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **9)** Senf **15)** Weizen (Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien



## Ofen vorheizen

Heize den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vor.



## Kleine Vorbereitung

**Flammkuchenteig** auf einem mit Backpapier belegten Backblech (2 Backbleche für 3 und 4 Personen) ausbreiten.

**Zwiebel** in feine Ringe schneiden.

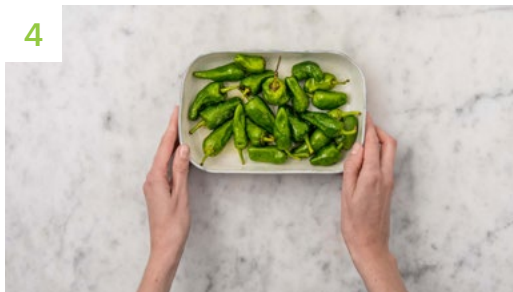
**Chorizo** in kleine Würfel schneiden.

**Petersilienblätter** fein hacken.



## Flammkuchen belegen

**Flammkuchenteig** gleichmäßig mit dem **Schmand** bestreichen und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen. Oberfläche mit **Zwiebelringen**, **Chorizowürfeln** und **geriebenem Käse** bestreuen.



## Pimientos de Padrón würzen

In einer Auflaufform die **Pimientos de Padrón** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\*** vermengen und großzügig mit **Salz\*** würzen.

**Flammkuchen** auf der mittleren Schiene und **Pimientos de Padrón** auf der untersten Schiene im Backofen 12 – 16 Min. backen.

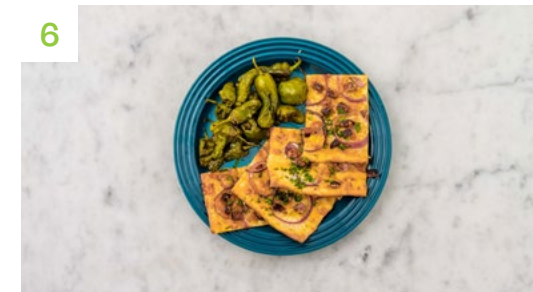
**Tipp:** Wenn Du Dir die typische Bräune auf den Pimientos wünschst, schalte den Backofen, nachdem Du den Flammkuchen aus dem Ofen geholt hast, für ca. 2 – 5 Min. auf die Grillfunktion.



## Währenddessen

**Knoblauch** abziehen, in eine kleine Schüssel pressen und mit **Joghurt**, **Mayonnaise** und der Hälfte der gehackten **Petersilie** verrühren. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Tipp:** Wenn Dir roher Knoblauch zu scharf ist, kannst Du die ungeschälte Zehe auch vorher für ca. 10 Min. mit in den Backofen geben.



## Anrichten

**Flammkuchen** aus dem Ofen nehmen, mit der restlichen **Petersilie** garnieren, portionieren und auf Teller verteilen.

**Pimientos de Padrón** dazureichen und mit dem **Dip** genießen.

**Guten Appetit!**

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen  
Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

